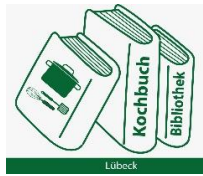




Iss was?!

Die Kinder



für Spaß mit Lebensmitteln



www.gemeinsamtafeln.com

Apfelsuppe

Zutaten (4 Portionen): 10 Nelken, 2 Esslöffel Zimt, 400 Milliliter Wasser, 2 Becher Joghurt 500 Gramm, 2 Prisen Salz, 1 Kilo Äpfel, 2 Esslöffel Honig, 2 Eiklar, 140 Gramm Zucker

Zubereitung

- Das Wasser mit Nelken und Zimt ca. 5 Minuten bei kleiner Flamme kochen lassen
- Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen
- Äpfel ganz fein würfeln
- Den Gewürzsud vom Feuer nehmen und mit Joghurt, Äpfeln und dem Salz verrühren
- Auf kleiner Flamme 8-10 Minuten weiter köcheln lassen
- Mit Honig abschmecken
- Eiklar mit dem Zucker in einem sauberen Gefäß fest aufschlagen
- Tupfen des festen Eischnee auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen
- Im Ofen bei ca. 10-12 Minuten bei 180 Grad backen
- Kurz vor Ende der Backzeit „Griller“ zuschalten
- Eiweiß backen bis es leicht bräunlich wird
- Suppe in Teller umfüllen
- Gebackenes Eiweiß als Garnitur aufsetzen und mit wenig Zimt bestreuen
- Alternativ kann man auch Rosinen der Suppe zugeben